

## Auf einen Blick: Sportangebote für Erwachsene im MSV (Stand: Dezember 19)

Was?	Wann?	Wo?
Badminton	Donnerstag 16.30 – 18.00 Uhr	IGS Halle 1
Basketball	Montag 20.00 - 22.00 Uhr Samstag 12.00 – 13.30 und 13.30 – 15.00 Uhr	IGS Mühlenberg, Halle 2 Gs Mühlenberg Halle 2 und Halle 1
Bogenschießen	Donnerstag 16.00 – 18.00 Uhr	Wiese am Clubhaus
Fußball	1.Herren: Dienstag und Donnerstag 19.00-21.00 Uhr Herren Ü50: Mittwoch 18.30 - 20.00 Uhr	Bezirkssportanlage (BSA) am Ossietzkyring
Gymnastik (Damen)	Montag 18.00 – 19.30 Uhr	Weißes Haus
Gymnastik "Fit ab 50"	Dienstag 15.00 - 16.30 Uhr	Weißes Haus
Gymnastik Frauenpower	<b>Zur Zeit kein Training, eine neue Übungsleitung wird gesucht!</b>	
Rückengymnastik	Ganze Gruppe: Montag 8.30 Uhr – 10.00 Uhr	Weißes Haus
Yoga	Donnerstag 18.00 Uhr – 19.30 Uhr	Weißes Haus
Handball (Herren)	Freitag 20.00 – 22.00 Uhr	IGS Halle 1
Jedermann Sie + Er	Mittwoch 17.00 - 18.30 Uhr	Weißes Haus
Judo ( ab 17 Jahre + Erw.)	Dienstag 20:00 - 21:30 Uhr Donnerstag 20:00 - 21:30 Uhr	GS Tresckowstraße, große Halle GS Tresckowstraße, große Halle
Leichtathletik	Freitag 16.30 – 18.00 Uhr	BSA / auf Anfrage bei Henrik Tel. 01627762493
----- Lauftreff am Samstag	----- Samstag, 10.00 Uhr	----- Treffpunkt auf Anfrage bei Hendrik Tel.01637762493
Walking	Freitag 9.00 bis ca 10.30 Uhr	Treffpunkt: Bezirkssportanlage am Ossietzkyring
Pétanque	Wenn das Wetter es zulässt, Dienstag 15.00 – 17.00 Uhr	Pétanque-Platz auf der Bezirkssportanlage am Ossietzkyring
Schwimmen	Aqua-fit-Kurse : Montags 20.00 - 21.00 Uhr	Theodor-Heuss-Schule Empelde
Radwandern	Winterprogramm auf den Radwanderseiten	
Tennis	Freiluftsaison: Winterpause Mannschaftstraining und Tennisschule Gorovyts auf Anfrage	
Tischtennis (Damen und Herren)	Mittwoch 20.00 – 22.00 Uhr Freitag 19.30 – 22.00 Uhr	GS Leuschnerstraße, kleine Halle GS Leuschnerstraße, gr./ kl. Halle
Wandern	Bitte beachten Sie die Ankündigungen in den <b>MSV-Schaukästen</b> , in <b>sport aktuell</b> und auf unserer Vereins-Homepage <a href="http://www.muehlenberger-sv.de">www.muehlenberger-sv.de</a>	

### Kursangebote:

<b>Pilates-Kurs</b> läuft zur Zeit. Neuer Kurs (voraussichtlich) ab 11.02.2020	Dienstags 9.30 - 10.30 Uhr	Weißes Haus
Aquafitness im Flachwasser	Montags 20.00 - 21.00 Uhr Einstieg jederzeit möglich	Lernschwimmbecken der Theodor-Heuss- Schule Empelde
<b>Weitere Informationen zu den Kursangeboten erhalten Sie im MSV-Büro zu den Öffnungszeiten.</b>		

## Sportangebote für Kinder und Jugendliche im MSV (Stand: Dezember 19)

Was?	Wer?	Wann?	Wo?
Basketball	Kinder und Jugendliche Jugendliche	Donnerstag 16.30 - 18.00 Uhr Samstag 12.00 - 14.00	IGS Mühlenberg Halle 2 Grundschule Mühlenberg, H. 1
Bogenschießen	Kinder/Jugendliche	Donnerstag 16.00 – 18.00 Uhr	Wiese am Clubhaus
Fußball	D-Jugend 1.F-Jugend 2.F-Jugend Mädchen	Dienstag und Donnerstag 17.00 – 18.30 Uhr Montag 14.30 – 16.00 Uhr und Mittwoch 14.30 – 16.00 Montag 17.00 – 18.30 Uhr und Mittwoch 17.00 – 18.30 Montag 17.00 – 18.30 Uhr und Mittwoch 17.00 – 18.30	Bezirkssportanlage am Ossietzkyring <b>Hallentrainingszeiten werden in den Trainingsgruppen bekannt gegeben</b>
Judo	Schüler 5 - 10 Jahre Schüler 11 -16 Jahre	Dienstag 17:30 - 18:30 u. Donnerstag 17:30 - 18:30Uhr Dienstag 18:30 - 20:00 u. Donnerstag 18:30 - 20:00 Uhr	GS Tresckowstr
Kinderturnen	Eltern- Kind Vorschulgruppe	Freitag, 15.00 – 16.00 Uhr Freitag 16.00 – 17.00 Uhr	Weißes Haus Weißes Haus
"Happy Hoppers" Kindertanz	Kinder und Jugendliche	<b>Zur Zeit kein Training / Eine neue Übungsleitung wird gesucht</b>	
Leichtathletik- "Kid's Club"	Kinder bis 3-6 Jahre	Freitag 16.30 - 18.00 Uhr	Sporthalle IGS
Leichtathletik	Alle Gruppen	Freitag, 16.30 - 18.00 Uhr	Sporthalle IGS
Schwimmen	Diverse SGS-Nachwuchs- und SGS-Leistungsgruppen, Montag, Dienstag und Donnerstag ab 16.00 Uhr, SGS-Gruppen nach Absprache Lernschwimmkurs: Dienstag 16.00 - 17.00 Uhr		Stadionbad
Tennis	Kinder/Jugendliche	Freiluftsaison: Winterpause Tennisschule Gorovyts auf Anfrage	
Tischtennis	Schüler/Jugend	Freitag 18.00 - 20.00 Uhr Mittwoch 18.00 - 20.00 Uhr	GS Leuschnerstr, gr. Halle GS Leuschnerstr, gr. Halle

(Änderungen vorbehalten)